Rider 35

Manuale Utente

Sommario

ENGLISH

Prima di cominciare o modificare il proprio programma di allenamento consultare sempre il proprio medico. Leggere in dettaglio la guida con le informazioni sulla garanzia e la sicurezza contenuta nella confezione.

Registrazione del prodotto

Aiutateci a meglio assistervi completando la registrazione del vostro apparecchio con Bryton Bridge.
Per maggiori informazioni, visitate il sito http://support.brytonsport.com.

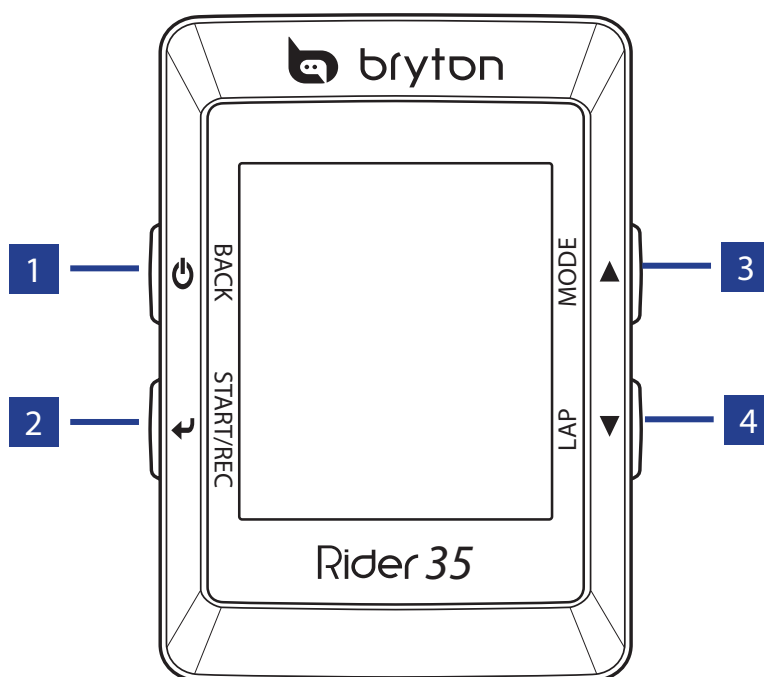
Software Bryton

Entrate nel sito http://brytonsport.com per scaricare il software gratuito e inviare il vostro profilo personale, i percorsi e analizzare i vostri dati sul web.

ITALIANO

Per cominciare

Questa sezione vi guiderà nei preparativi di base prima di cominciare ad usare il Rider 35.

Il vostro Rider 35

1 Alimentazione ⏻

- Tenere premuto per accendere e spegnere Rider 35.
- Premere per tornare alla pagina precedente o per annullare l'operazione.

2 Start / Stop ↵

- In modalità Menu, premere per entrare o confermare una selezione.
- In modalità passatempo, premere per iniziare la registrazione. Tenerlo premuto per terminare la registrazione.

3 Modo / Su ▲

- Premere per cambiare modalità: Rilevatore, Trova e vai, Tabella altitudine e My Buddy.
- In modalità Menu, premere per spostarsi in su facendo scorrere le opzioni di menu.

4 Giro / Giù ▼

- In modalità Menu, premere per spostarsi in giù facendo scorrere le opzioni di menu.
- Durante la registrazione, premere per iniziare la registrazione di un giro.

Ripristino di Rider 35

Per ripristinare il Rider 35, premere e rilasciare i due pulsanti ⏻ e ↵ contemporaneamente.

Accessori

Rider 35 è fornito con i seguenti accessori in dotazione:

- Cavo USB
- Supporto per bicicletta

Accessori optional:

- Sensore di velocità / cadenza
- Fascia cardio
- Adattatore di corrente
- Spina(e)

Icone di stato

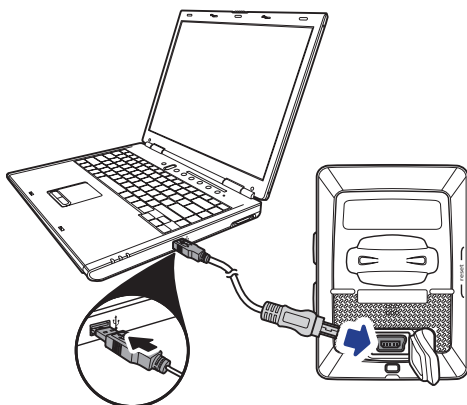
Icona	Descrizione
	Bicicletta in uso
	Bicicletta 1
	Bicicletta 2
	Stato del segnale GPS
	Nessun segnale (non fisso)
	Segnale debole
	Segnale potente
	Stato alimentazione
	Batteria carica
	Batteria mezza carica
	Batteria scarica

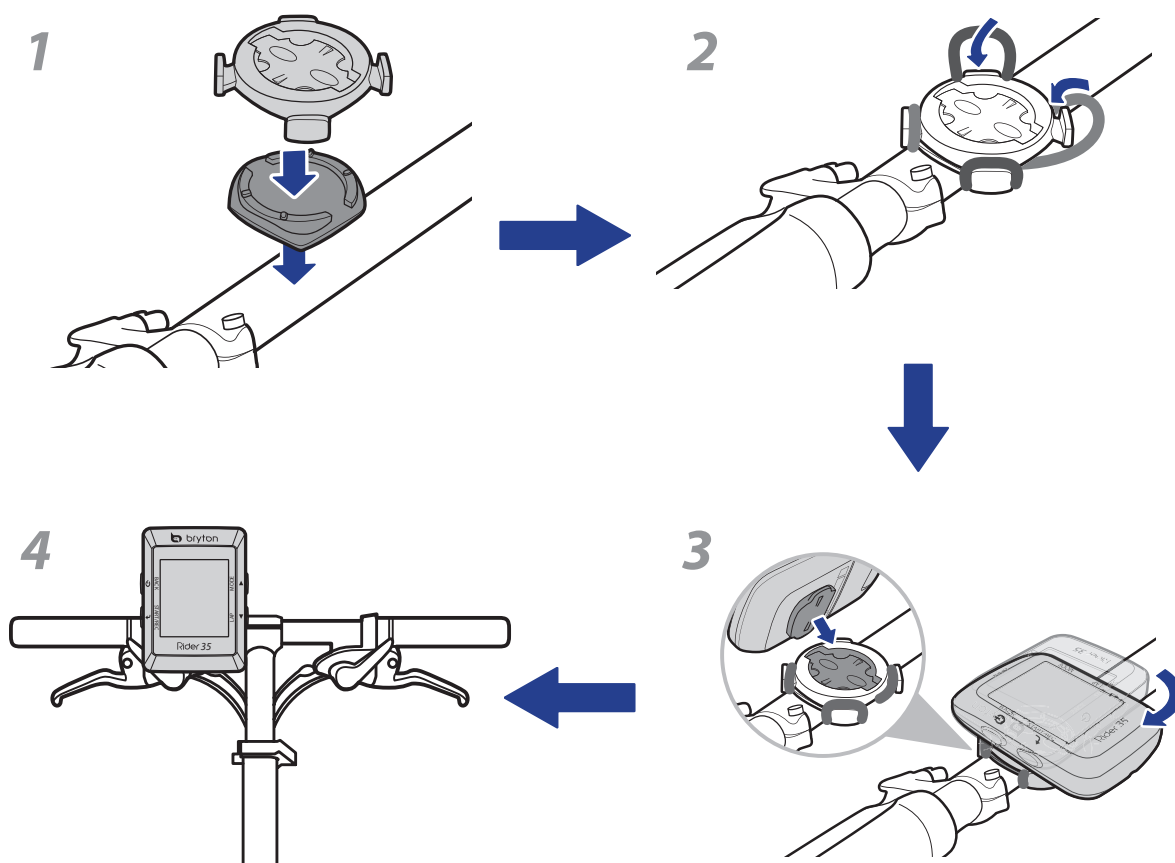
Icona	Descrizione
	Sensore battito cardiaco attivo
	Sensore cadenza attivo
	Sensore di velocità attivo
Watt	Sensore rilevatore di potenza attivo
	Registrazione log in corso
	Modo allenamento
	Modo percorso libero
	Modo navigazione

NOTA:
- Registrazione log viene visualizzato solo quando è in corso.
- Per le tre modalità disponibili (allenamento, percorso libero e navigazione), solo l'icona della modalità attiva viene visualizzata sullo schermo.

Caricare la batteria

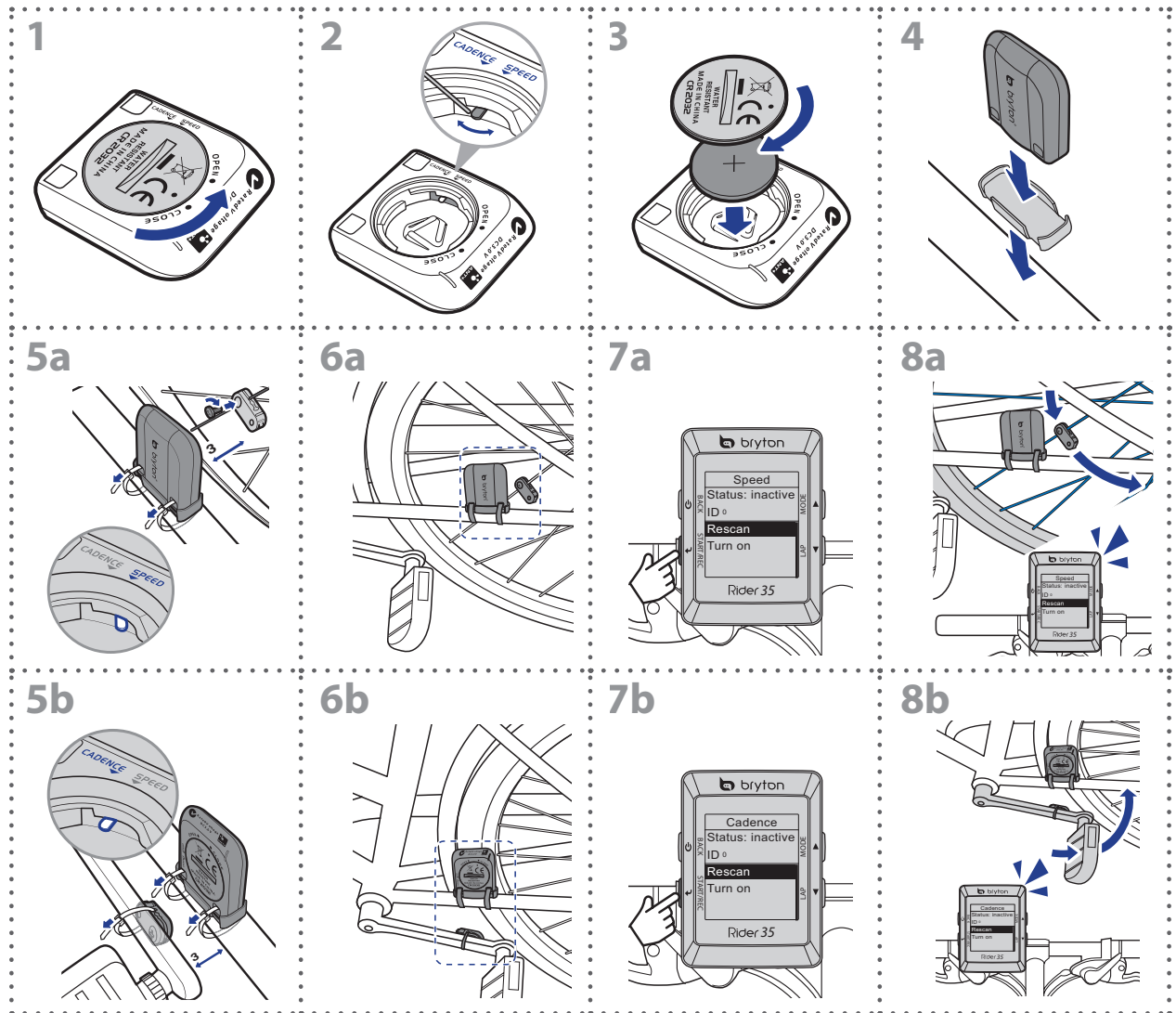
Avvertenza:
Questo prodotto contiene una batteria agli ioni di litio. Leggere la guida con le informazioni sulla garanzia e la sicurezza contenuta nella confezione riguardo a importanti informazioni sulla sicurezza della batteria.

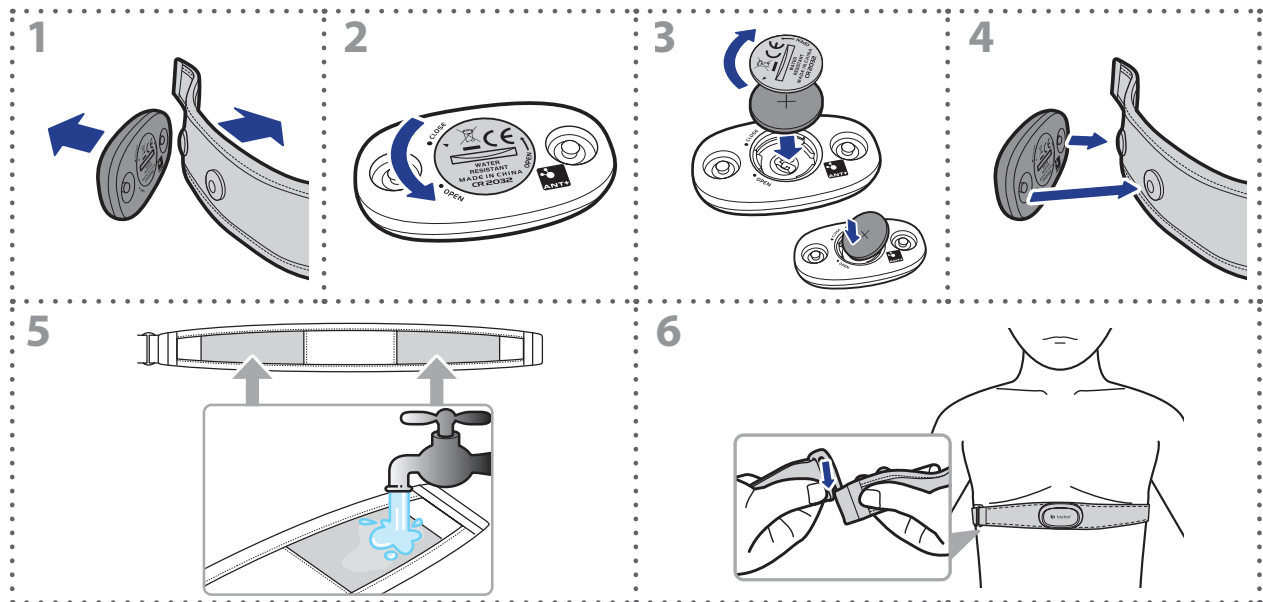
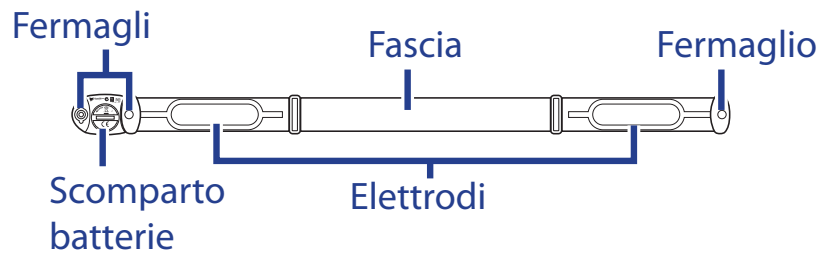
Per caricare la batteria, collegare il Rider 35 al computer tramite cavo USB.

Installare il Rider 35

Montare il Rider 35 sulla bicicletta

Installare il sensore di velocità / cadenza (opzionale)

1 2 3 4

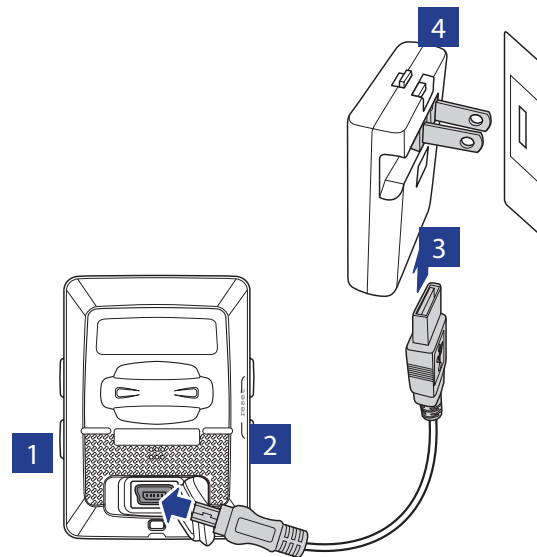
5a 6a 7a 8a

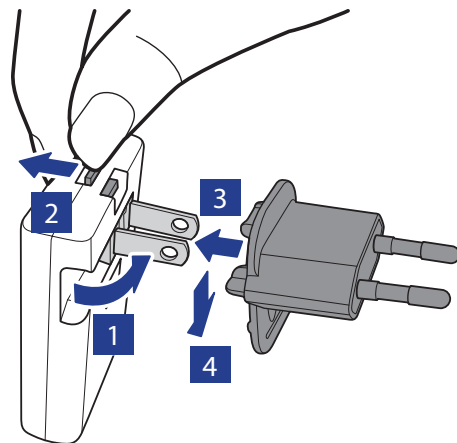
5b 6b 7b 8b

NOTA: Per garantire le prestazioni ottimali, la distanza tra il sensore ed il magnete deve essere entro 3 mm.

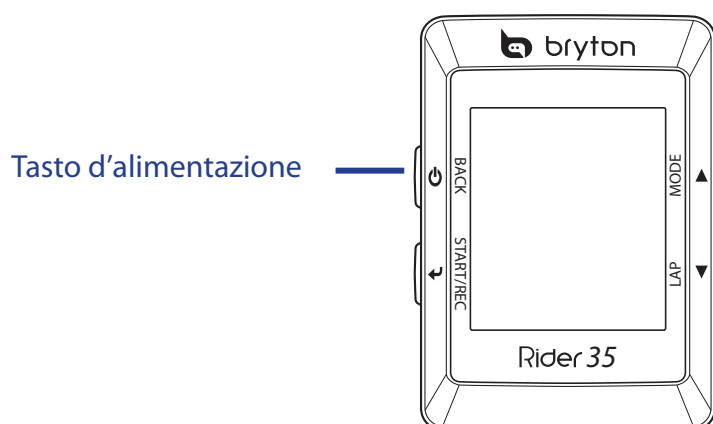
Installare la fascia cardio (opzionale)

NOTA:

- Con clima freddo, indossare indumenti adatti per mantenere calda la fascia cardio.
- La fascia deve essere indossata direttamente sul corpo.

Uso di un adattatore di corrente (opzionale)

È possibile utilizzare l'adattatore di corrente per caricare la batteria.

Si può acquistare una spina(e) diversa adatta per il paese in cui Rider 35 è stato acquistato.

Come si usano le spine:

Accensione del Rider 35

Tenere premuto il tasto ⏻ d’alimentazione per accendere il Rider 35.

Acquisire i segnali dei satelliti

Dopo l’accensione, Rider 35 cercherà automaticamente i segnali dei satelliti. Ci possono volere dai 30 ai 60 per acquisire i segnali dei satelliti.

Setup iniziale

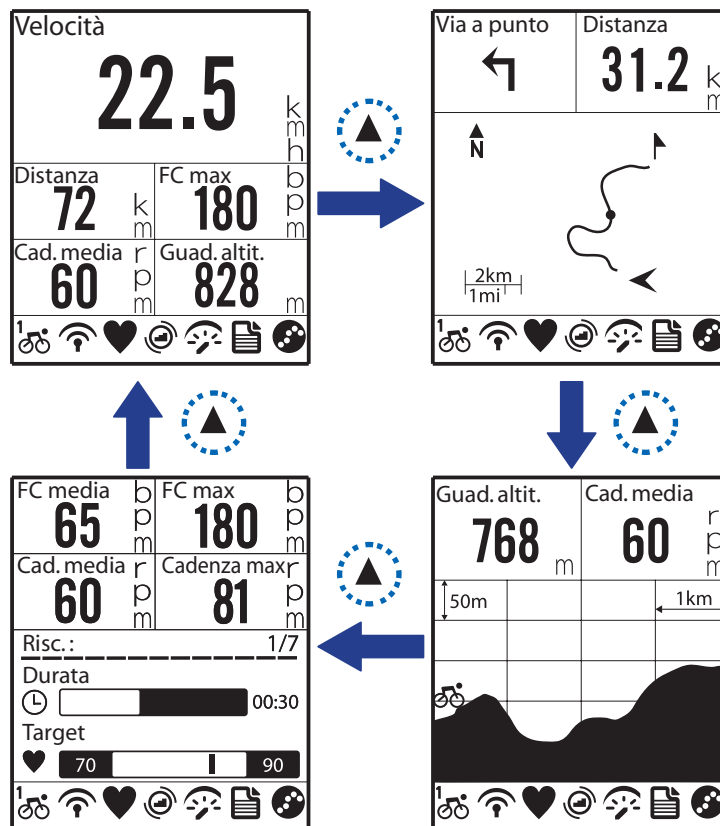
La prima volta che si accende Rider 35 sullo schermo appare la procedura d’installazione guidata. Seguire le istruzioni su schermo per completare l’installazione.

1. Selezionare la lingua da visualizzare e il fuso orario.
2. Scegliere l'unità di misura.
3. Inserire il "profilo utente".
   (L'inserimento dei dati è raccomandato. La precisione dei dati influenza notevolmente l'analisi dell'allenamento).
4. Leggere ed accettare l’Accordo sulla sicurezza.

NOTA: Se desiderate cambiare la lingua dell'apparecchio, modificare l'impostazione tramite **Bryton Bridge** > **Rider 35** > **Lingua**.

Fai ciclismo con Rider 35!

1. Pedala in modalità passatempo o imposta un programma di allenamento scegliendolo tra le opzioni di menu.
2. Utilizza ▲ per cambiare modalità.
   Selezionare tra le varie modalità disponibili: Rilevatore, Trova e vai, Tabella altitudine e My Buddy.

NOTA: Trova e vai, Tabella altitudine e My Buddy appaiono soltanto in modo allenamento o in modo Trova e vai (che è in corso).

3. In modalità passatempo, premere ↵ per avviare la registrazione del log, poi premerlo ↵ di nuovo per arrestarla.

Gestire i dati di Rider 35 dal computer

1. Collegare il Rider 35 al computer tramite il cavo USB.
2. Installare l'applicazione Bryton Bridge. È possibile scaricare l'applicazione dal sito http://bb.brytonsport.com.
3. Seguire le istruzioni su schermo per trasferire i dati sul computer.

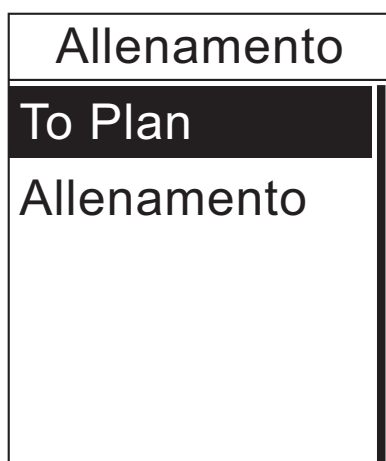
NOTA:

- Dopo avere scollegato Rider 35 dalla porta USB, Rider 35 si ripristinerà.
- Non staccare il cavo USB durante la procedura di trasferimento file. In caso contrario, i file potrebbero danneggiarsi o corrompersi.

Condividi la tua esperienza con altri ciclisti

Per condividere le tue esperienze con altri ciclisti di tutto il mondo, visita il sito http://brytonsport.com.

Allenamento

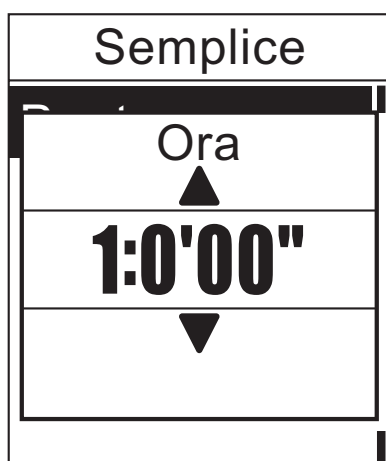
Andare in bicicletta è uno dei metodi migliori per tenere in esercizio il proprio corpo. Serve a bruciare calorie, perdere peso e aumentare la propria forma fisica complessiva. Con la funzione di allenamento del Rider 35, si possono impostare esercizi semplici/in base alla zona e utilizzare il Rider 35 per tener traccia del progresso del proprio allenamento o esercizio.

1. Nella schermata principale, premere ▲/▼ per selezionare **Allenamento**.
2. Premere ↵ per entrare nel menu Allenamento.

Esercizi semplici

Si possono impostare esercizi semplici inserendo gli obiettivi in termini di tempo o distanza, poi My Buddy vi assisterà nel raggiungerli.

Il Rider 35 vi offre due tipi di esercizi semplici:

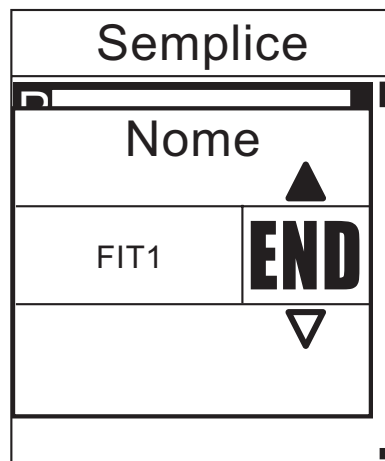
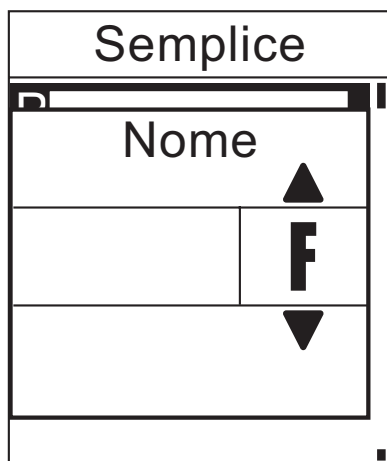
- Per tempo
- Per distanza

Ora

1. Nel menu Allenamento, premere ▲/▼per selezionare **To Plan (Da programmare)** > **Semplice** > **Per tempo**.
2. Premere p/q per impostare il tempo e premere ↵ per confermare.
3. Sullo schermo appare il messaggio “Salvare in Allenamento?”. Per salvare i dati, premere p/q per selezionare **Si** e premere ↵ per confermare.
4. Inserire il nome dell'esercizio tramite la tastiera su schermo.
5. Uscire per un giro.

   Premere ↵ per iniziare l'allenamento e registrare il log.

Distanza

1. Nel menu Allenamento, premere ▲/▼ per selezionare **To Plan (Da programmare) > Semplice > Per distanza**.
2. Premere ▲/▼ per impostare la distanza e premere ↵ per confermare.
3. Sullo schermo appare il messaggio "Salvare in Allenamento?". Per salvare i dati, premere p/q per selezionare **Si** e premere ↵ per confermare.
4. Inserire il nome dell'esercizio tramite la tastiera su schermo.
5. Uscire per un giro.
   Premere ↵ per iniziare l'allenamento e registrare il log.

Uso della tastiera su schermo

1. Premere ▲/▼ per selezionare il carattere da immettere.
   - Selezionare **DEL** per cancellare i dati.
2. Premere ↵ per confermare la selezione.
3. Una volta terminato, premere ▲/▼ per selezionare **END (Fine)** e premere ↵ per confermare o premere ⏻ per salvare.

Esercizi base

Si può creare un esercizio in base al tempo e alla zona di frequenza cardiaca.

1. Nel menu Allenamento, premere ▲/▼ per selezionare **To Plan (Da programmare) > Basico**.
2. Premere ▲/▼ per impostare il tempo e premere ↵ per confermare.
3. Premere p/q per la zona di frequenza cardiaca desiderata e premere ↵ per confermare.
4. Una volta terminato, premere p/q per selezionare **Continue (Continua)** e premere ↵ per continuare.
5. Sullo schermo appare il messaggio "Salvare in Allenamento?". Per salvare i dati, premere p/q per selezionare **Si** e premere ↵ per confermare.
6. Inserire il nome dell'esercizio tramite la tastiera su schermo.
7. Uscire per un giro.

   Premere ↵ per iniziare l'allenamento e registrare il log.

Esercizi d'intervallo

Si può creare un esercizio in base ai dati di esercizio d'intervallo predefiniti.

1. Nel menu Allenamento, premere ▲/▼ per selezionare **To Plan (Da programmare) > Intervallo**.
2. Visualizzare i dati dell'esercizio.
3. Premere ▲/▼ per selezionare **Avvio** e premere ↵ per continuare.
4. Uscire per un giro.

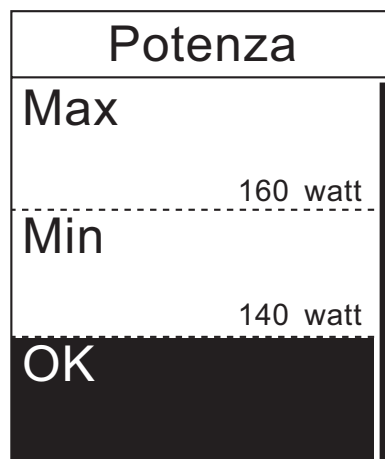
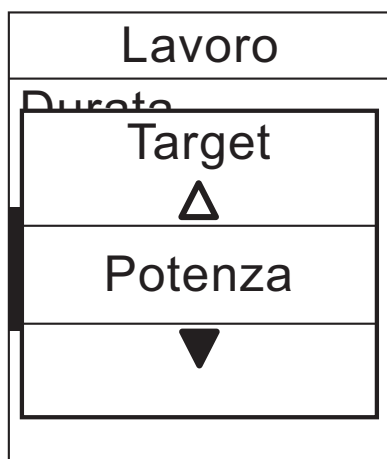
   Premere ↵ per iniziare l'allenamento e registrare il log.

Esercizi personalizzati

Con il proprio your Rider 35 si può creare un esercizio d'intervallo personalizzato.

1. Nel menu Allenamento, premere ▲/▼ per selezionare **To Plan (Da programmare) > Person.**
2. Regolare le impostazioni di esercizio personalizzato.
3. Nell'opzione **Ripetizione**, premere ▲/▼ per selezionare il tempo d'intervallo e premere ↵ per confermare.
4. Una volta terminato, premere ▲/▼ per selezionare **Continue (Continua)** e premere ↵ per continuare.
5. Sullo schermo appare il messaggio "Salvare in Allenamento?". Per salvare i dati, premere ▲/▼ per selezionare **Si** e premere ↵ per confermare.
6. Inserire il nome dell'esercizio tramite la tastiera su schermo.
7. Uscire per un giro.

   Premere ↵ per iniziare l'allenamento e registrare il log.

Personalizzazione degli esercizi tramite rilevatore di potenza

1. Nel menu Allenamento, premere ▲/▼ per selezionare **To Plan (Da programmare) > Person.> Esercizio > Obiettivo > Potenza**.

ITALIANO

2. Per regolare le impostazione del rilevatore di potenza, premere ▲/▼ per selezionare **Max** o **Min**, quindi premere ↵ per confermare.
3. Nell'opzione **Max** o **Min**, premere ▲/▼ per selezionare il livello di potenza e premere ↵ per confermare.
4. Una volta impostato il rilevatore di potenza, premere ▲/▼ per selezionare **OK** e premere ↵.
5. Premere ▲/▼ per selezionare **OK** e premere ↵ per continuare.
6. Una volta terminato, premere ▲/▼ per selezionare **Continue (Continua)** e premere ↵ per cominciare l'esercizio.
7. Sullo schermo appare il messaggio "Salvare in Allenamento?". Per salvare i dati, premere ▲/▼ per selezionare **Si** e premere ↵ per confermare.
8. Inserire il nome dell'esercizio tramite la tastiera su schermo.
9. Uscire per un giro.

Premere ↵ per iniziare l'allenamento e registrare il log.

Allenamento

Con la funzione Allenamento, si può inziare l'esercizio utilizzando il programma d'allenamento salvato in precedenza.

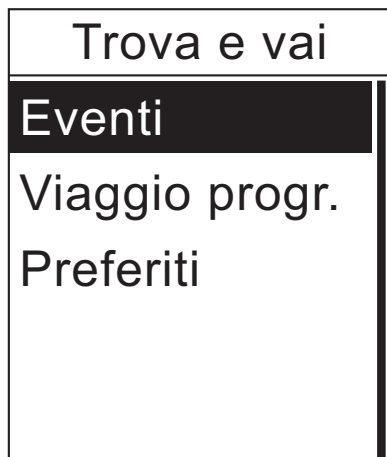
1. Nel menu Allenamento, premere p/q per selezionare **Allenamento**.
2. Premere p/q per selezionare il programma d'allenamentola desiderato e premere ↵ per confermare.
3. Selezionare **Avvio** e premere ↵ per continuare.
4. Uscire per un giro.
   Premere ↵ per iniziare l'allenamento e registrare il log.

Stop Allenamento

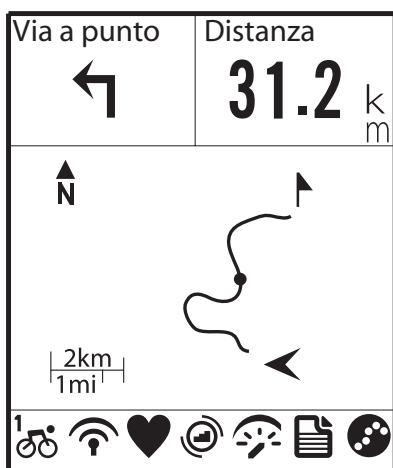
Si può arrestare l'allenamento attuale dopo aver raggiunto l'obiettivo, oppure decidere di terminare l'allenamento in corso.

1. Premere il tasto ⏻.
2. Sullo schermo appare il messaggio "Arrestare?". Per arrestare l'allenamento attuale, premere ▲/▼ per selezionare **Si** e premere ↵ per confermare.

Trova e vai

Con la funzione Trova e vai, si può navigare nelle escursioni da Cronologia, Percorso programmato e l'elenco Preferiti.

1. Nella schermata principale, premere ▲/▼ per selezionare **Trova e vai**.
2. Premere ↵ per entrare nel menu Trova e vai.

Navigare nelle escursioni da Cronologia

Si può navigare in un qualsiasi percorso salvato nella cronologia del proprio Rider 35.

1. Nel menu Trova e vai, premere ▲/▼ per selezionare **Eventi.**
2. Premere ▲/▼ per selezionare un percorso dall'elenco e premere ↵ per confermare.
3. Premere ↵ per registrare il log.

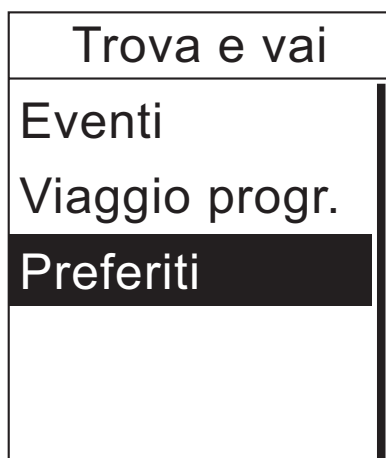
   Appare un tracciato sullo schermo che mostra la direzione per la propria destinazione.

Navigare nelle escursioni da Percorso programmato

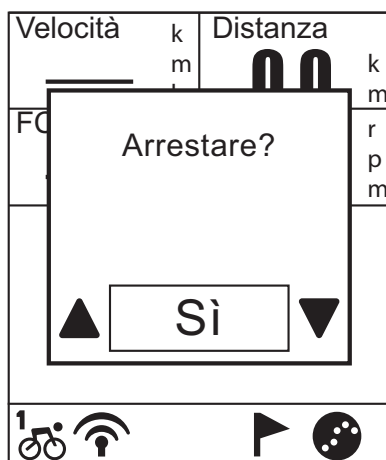
È possibile navigare in un percorso caricato nel Rider 35 dall'applicazione Bryton Bridge.

1. Preparare e scaricare il percorso da brytonsport.com e con l'applicazione Bryton Bridge.
2. Collegare il Rider 35 al computer tramite il cavo USB.
3. Seguire le istruzioni su schermo per trasferire i dati nel Rider 35.
4. Staccare il cavo USB, il Rider 35 si riavvierà automaticamente.
5. Premere ▲/▼ per selezionare **Trova e vai** > **Percorso programmato**.
6. Premere ▲/▼ per selezionare un percorso dall'elenco e premere ↵ per confermare.
7. Premere ↵ per registrare il log.

Preferiti

Si può navigare in qualunque POI salvato in My POI (Preferiti).

1. Nel menu Trova e vai, premere ▲/▼ per selezionare **Preferiti.**
2. Premere ▲/▼ per selezionare un luogo dall'elenco.
3. Premere ↵ per cominciare a navigare nel percorso.

Stop navigazione

Si può arrestare la modalità di navigazione in qualunque momento.

Per arrestare l'escursione:

1. Premere ↵.

   Sullo schermo appare il messaggio "Arrestare?".
2. Per arrestare l'allenamento attuale, premere ▲/▼ per selezionare **Sì** e premere ↵ per confermare.

Registrazione dati

Il Rider 35 può registrare punti ad ogni secondo del percorso.

- In modalità allenamento, premere ↵ per iniziare l'allenamento e registrare il log. Premere ↵ di nuovo per terminare l'allenamento e registrare il log.
- In modalità passatempo o direzione, premere ↵ per avviare la registrazione del log, poi premerlo di nuovo per arrestarla.

Salva qui

Si può aggiungere il luogo attuale nell'elenco Preferiti.

Per aggiungere dati POI:

1. Nella schermata principale, premere ▲/▼ per selezionare **Salva qui**.
2. Premere ↵ per salvare i dati POI correnti.
3. Inserire il nome POI tramite la tastiera su schermo.

Vis. cronol

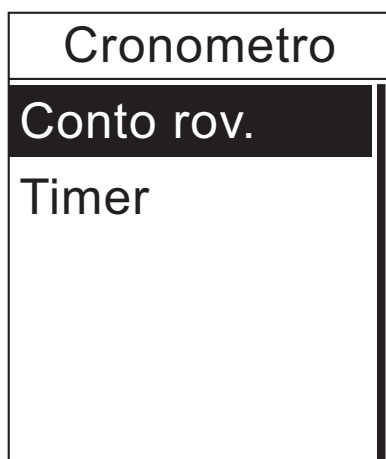
Il Rider 35 salva automaticamente la cronologia dal momento che il timer parte. Dopo aver concluso un percorso, è possibile vedere i dati della cronologia sul Rider 35.

Per vedere la cronologia:

1. Nella schermata principale, premere ▲/▼ per selezionare **Vis. cronol**.
2. Premere ▲/▼ per selezionare una cronologia di percorso dall'elenco e premere ↵ per vederla.

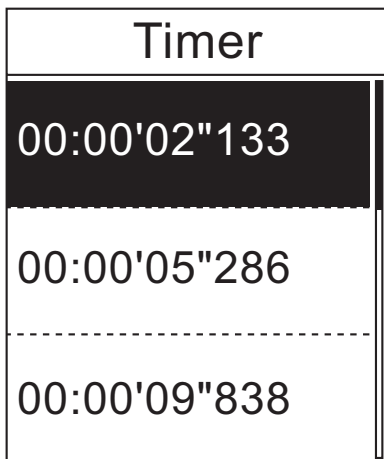
NOTA: Si può inoltre caricare la propria eventi su brytonsport.com per tenere traccia di tutti i propri dati.

Cronometro

Con la funzione Cronometro, si può misurare l'ammontare di tempo trascorso dal momento in cui il Rider 35 è stato attivato e disattivato. Si può scegliere tra due modalità: Conto alla rovescia e Timer. Il conto alla rovescia è usato per segnalare quando è trascorso un certo periodo di tempo preimpostato. Il timer è usato per misurare quanto tempo richiede fare qualcosa.

1. Nella schermata principale, premere ▲/▼ per selezionare **Cronometro**.
2. Premere ↵ per entrare nel menu Cronometro.

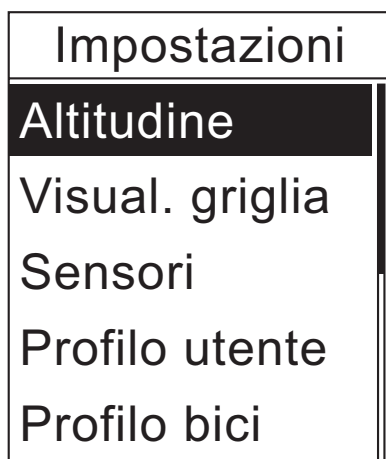
Conto rov.

1. Nel menu Cronometro, premere ▲/▼ per selezionare **Conto rov.**.
2. Premere ▲/▼ per selezionare il campo orario che si desidera regolare e premere ↵.
3. Premere ▲/▼ per impostare il tempo e premere ↵ per confermare.
3. Per avviare il conto alla rovescia, premere ▲/▼ per selezionare **Avvio** e premere ↵ per confermare.
4. Per arrestare il conto alla rovescia, premere ▲/▼ per selezionare **Stop** (**Fine**) e premere ↵ per confermare.
5. Premere ⏻ per uscire dal menu.

Timer

1. Nel menu Cronometro, premere ▲/▼ per selezionare **Timer**.
2. Per avviare il funzionamento del timer, premere ↵ per confermare.
3. Per registrare un giro con cronometro in funzione, premere ▲/▼ per selezionare **Registra** e premere ↵ per confermare. Viene visualizzato il primo tempo sul giro.
   - Ripetere questa operazione per creare un nuovo giro.
4. Per arrestare il cronometro, premere ▲/▼ per selezionare **Stop (Fine)** e premere ↵ per confermare.
   - Per ripristinare il timer, premere ▲/▼ per selezionare **Reset** e premere ↵ per confermare.
5. Per vedere la cronologia del timer, premere ▲/▼ per selezionare **Eventi** e premere ↵ per confermare.

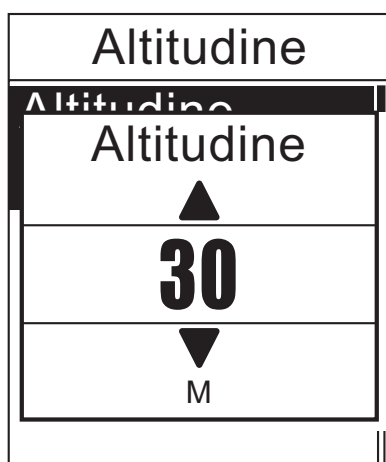
Impostazioni

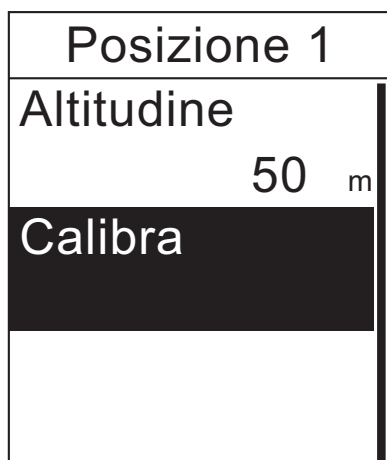
Con la funzione Impostazioni, è possibile personalizzare le impostazioni per altitudine, display, sensori, sistema, profili bici e utente, setup GPS e vedere le informazioni sull'apparecchio.

Impostazioni
Altitudine
Visual. griglia
Sensori
Profilo utente
Profilo bici

1. Nella schermata principale, premere ▲/▼ per selezionare **Impostazioni**.
2. Premere ↵ per entrare nel menu Impostazioni.

Altitudine

Si può impostare l'altitudine per la località attuale e per altri 5 luoghi.

Altitudine attuale

1. Nel menu Impostazioni, premere ▲/▼ per selezionare **Altitudine** > **Altitudine**.
2. Premere ↵ per confermare.
3. Premere ▲/▼ per impostare l'altitudine desiderata e premere ↵ per confermare la scelta.
4. Premere ⏻ per uscire dal menu.

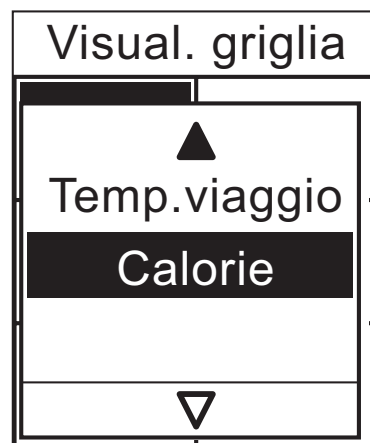
Altitudine di altra località

1. Nel menu Impostazioni, premere ▲/▼ per selezionare Altitudine > Posizione 1, Posizione 2, Posizione 3, Posizione 4, o Posizione 5.
2. Premere ↵ per confermare.
3. Per impostare l'altitudine, premere ▲/▼ per selezionare **Altitudine** e premere ↵ per confermare.
4. Premere ▲/▼ per impostare l'altitudine desiderata e premere ↵ per confermare la scelta.
5. Per calibrare l'altitudine impostata, usare ▲/▼ per selezionare **Calibra** e premere ↵ per confermare.
6. Premere ⏻ per uscire dal menu.

Visual. griglia

Si possono regolare le impostazioni del display per Rilevatore, Trova e vai, My Buddy e Altitudine. Si possono anche regolare le impostazioni di commutazione automatica.

Display rilevatore

Visual. griglia	
Calorie	Altitudine
FC media	Distanza
Freq. card.	Cadenza

Display a 6 griglie

Selezione di una voce

1. Nel menu Impostazioni, premere ▲/▼ per selezionare **Visual.griglia > Rilevatore > Rilevatore1, Rilevatore2** o **Rilevatore3**.
2. Premere ↵ per confermare.
3. Premere ▲/▼ per selezionare il numero di campi dati e premere ↵ per confermare.
4. Premere ▲/▼ per selezionare il campo con la voce che si desidera personalizzare e premere ↵ per confermare la scelta.
5. Premere ▲/▼ per selezionare l'impostazione desiderata e premere ↵ per confermare.
6. Premere ⏻ per uscire dal menu.

NOTA: Sono disponibili cinque tipi di informazioni del rilevatore di potenza che possono essere visualizzati sullo schermo: Power Now (corrente attuale), 3s Power (potenza media di 3 secondi), 30s Power (potenza media di 30 secondi), Max Power (potenza max.) e Avg Power (potenza media).

Display Trova e vai / Amico / Altitudine

Trova e vai	
Velocità	Via a punto
Freq. card.	Cadenza

Trova e vai (display a 4 griglie)

Amico	
Velocità	Distanza
Freq. card.	Cadenza

Amico (display a 4 griglie)

Altitudine	
Velocità	Dist. a cima
Freq. card.	Cadenza

Altitudine (display a 4 griglie)

1. Nel menu Impostazioni, premere ▲/▼ per selezionare **Visual. grigila > Trova e vai, Amico** o **Altitudine**.
2. Premere ↵ per confermare.
3. Premere ▲/▼ per selezionare il numero di campi dati e premere ↵ per confermare.
4. Premere ▲/▼ per selezionare il campo con la voce che si desidera personalizzare e premere ↵ per confermare la scelta.
5. Premere ▲/▼ per selezionare l'impostazione desiderata e premere ↵ per confermare.
6. Premere ⏻ per uscire dal menu.

Commutazione auto

1. Nel menu Impostazioni, premere ▲/▼ per selezionare **Visual. grigila > Auto Switch**.
2. Premere ↵ per confermare.
3. Premere ▲/▼ per selezionare l'impostazione desiderata e premere ↵ per confermare.
   - Commutazione auto: attiva/disattiva commutazione auto.
   - Intervallo: imposta il periodo di intervallo.
4. Premere ⏻ per uscire dal menu.

Sensori

È possibile personalizzare le impostazioni dei rispettivi sensori, come attiva/disattiva la funzione o riscansiona il sensore del Rider 35.

Freq. card.
Stato: attiva
ID 0
Ricerca
Turn off

Frequenza cardiaca

Velocità
Stato: inattiva
ID 0
Ricerca
Turn on

Velocità

Cadenza
Stato: inattiva
ID 0
Ricerca
Turn on

Cadenza

Vel./Cad.
Stato: inattiva
ID 0
Ricerca
Turn on

Velocità/cadenza

Sensori
Stato: attiva
ID 2408
Ricerca
Turn off
Taratura

Potenza

1. Nel menu Impostazioni, premere ▲/▼ per selezionare **Sensori** > **Frequenza card. , Velocità, Cadenza, Vel./Cad.** o **Potenza**.
2. Premere ↵ per confermare.
3. Premere ▲/▼ per selezionare l'impostazione desiderata e premere ↵ per confermare.
   - Riscansione: riscansione per rilevare il sensore.
   - Accensione/spegnimento: attiva/disattiva il sensore.
   - Calibrazione (**solo con sensore rilevatore di potenza collegato*): per calibrare il rilevatore di potenza.
4. Premere ⏻ per uscire dal menu.

NOTA: Quando si colelga il sensore del rielvatore di potenza, selezionare **Ricerca** e fare girare la ruota per generare corrente per il rilevatore.

Calibratura del rilevatore di potenza

1. Nel menu Impostazioni, premere ▲/▼ per selezionare **Sensori** > **Potenza**.
2. Premere ↵ per confermare.
3. Fare girare la ruota per generare corrente per il rilevatore.
4. Quando la ruota si ferma, premere p/q per selezionare **Taratura** e premere ↵ per eseguirla.
5. Premere ↵ per salvare l'impostazione.

NOTA:
- Quando il monitor di frequenza cardiaca è collegato, sullo schermo principale appare ♥ la relativa icona.
- Quando si collega il sensore di velocità/cadenza e la fascia cardio, fare attenzione che non ci sia un altro sensore di velocità/cadenza nel raggio di 5 m. Quando il sensore di cadenza è collegato, sullo schermo principale appare la relativa icona.
- Quando il sensore del rilevatore di potenza è collegato, sullo schermo principale appare la relativa icona.

Personalizzare il profilo utente

Si possono cambiare le informazioni personali.

1. Nel menu Impostazioni, premere ▲/▼ per selezionare **Profilo utente**.
2. Premere ↵ per confermare.
3. Premere ▲/▼ per selezionare l'impostazione desiderata e premere ↵ per confermare.
   - Sesso: selezionare il proprio sesso.
   - Età: inserire la propria età.
   - Altezza: inserire la propria altezza.
   - Peso: inserire il proprio peso.
   - HR max.: inserire la propria frequenza cardiaca massima.
   - LTHR: inserire la propria frequenza cardiaca di soglia per acido lattico.
4. Premere ⏻ per uscire dal menu.

Personalizzare il profilo della bici

È possibile personalizzare e vedere il profilo della propria(e) bici.

1. Nel menu Impostazioni, premere ▲/▼ per selezionare **Bici Profilo** > **Bici 1** o **Bici 2**
2. Premere ↵ per confermare.
3. Premere ▲/▼ per selezionare l'impostazione desiderata e premere ↵ per confermare.
   - Tipo bici: selezionare il tipo di bici.
   - Peso: inserire il peso della bici.
   - Ruota: inserire la misura della ruota.
   - Attiva: selezionarla per attivare la bici.
4. Premere ⏻ per uscire dal menu.

NOTA: Per maggiori dettagli sulla misura delle ruote, vedere "Dimensione e circonferenza delle ruote" a pagina 34.

Vedi profilo bici

1. Nel menu Impostazioni, premere ▲/▼ per selezionare **Bici Profilo** > **Riepilogo**.
2. Premere ↵ per confermare.
3. Premere ▲/▼ per selezionare la bici desiderata e premere ↵ per confermare.
4. Premere ▲/▼ per visionare maggiori dati sulla bici selezionata.
5. Premere ⏻ per uscire dal menu.

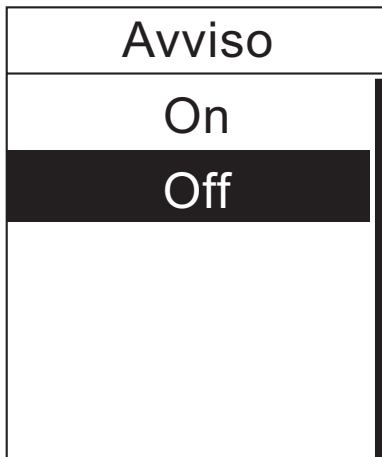
Cambia impostazioni di sistema

È possibile personalizzare le impostazioni di sistema del Rider 35, come spegnimento illuminazione, allarme, formato dati per ora/unità, lingua da visualizzare a schermo e ripristino dati.

Retroill Off

1. Nel menu Impostazioni, premere ▲/▼ per selezionare **Sistema** > **Retroill Off**.
2. Premere ↵ per confermare.
3. Premere ▲/▼ per selezionare l'impostazione desiderata e premere ↵ per confermare.
4. Premere ⏻ per uscire dal menu.

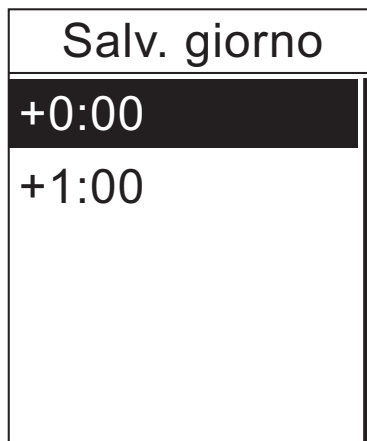
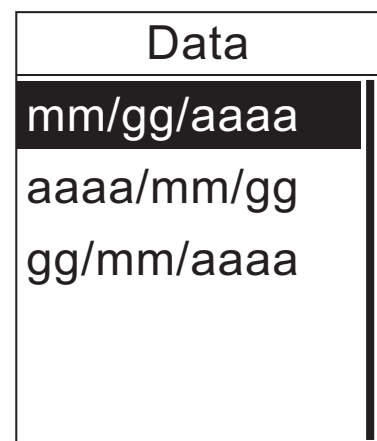
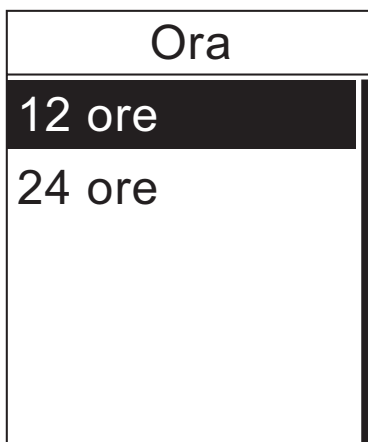
NOTA: Auto dipende dall'ora dell'alba e del tramonto per regolare automaticamente l'impostazione di spegnimento dell'illuminazione.

Avviso

1. Nel menu Impostazioni, premere ▲/▼ per selezionare **Sistema** > **Avviso**.
2. Premere ↵ per confermare.
3. Premere ▲/▼ per selezionare l'impostazione desiderata e premere ↵ per confermare.
4. Premere ⏻ per uscire dal menu.

ITALIANO

Ora/Unità

Fuso orario

GMT+7:00
GMT+8:00
GMT+9:00
GMT+9:30
GMT+10:00

Fuso orario

Salv. giorno

Data

Ora

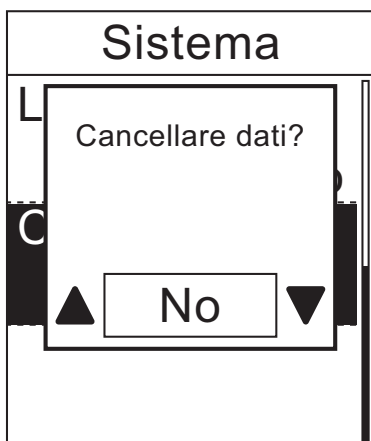
Unità

1. Nel menu Impostazioni, premere▲/▼ per selezionare **Sistema** > **Ora/Unità** > **Fuso orario, Salv. giorno, Data, Ora** o **Unità.**
2. Premere ↵ per confermare.
3. Premere ▲/▼ per selezionare l'impostazione/formato desiderato e premere ↵ per confermare.
4. Premere ⏻ per uscire dal menu.

Lingua

1. Nel menu Impostazioni, premere p/q per selezionare **Sistema** > **Lingua**.
2. Premere ↵ per confermare.
3. Premere ▲/▼ per selezionare l'impostazione desiderata e premere ↵ per confermare.
4. Premere ⏻ per uscire dal menu.

NOTA:
- Se desiderate aggiungere o rimuovere la lingua dell'OSD sul Rider 35, modificare l'impostazione tramite **Bryton Bridge** > **Rider 35** > **Lingua**.
- **Cancella dati** cancellaerà tutti i dati della cronologia e le registrazioni dei log, tranne le impostazioni utente.

Cancella dati

1. Nel menu Impostazioni, premere ▲/▼ per selezionare **Sistema** > **Cancella dati**.
2. Appare un messaggio sullo schermo: “Cancellare dati?”. Per cancellare i dati, premere ▲/▼ per selezionare **Si** e premere ↵ per confermare.
   L'apparecchio si riavvia automaticamente.

Vedi stato GPS

È possibile vedere le informazioni relative al segnale GPS che il Rider 35 sta ricevendo.

1. Nel menu Impostazioni, premere ▲/▼ per selezionare **Stato GPS**.
2. Premere ↵ per confermare.
3. Per impostare la modalità di ricerca segnale, premere ↵ per confermare.
4. Premere ▲/▼ per selezionare l'impostazione desiderata e premere ↵ per confermare.
   - Off (Spento): per disattivare i satelliti GPS.
   - Massima potenza: il GPS sarà sempre attivo e alla ricerca dei segnali dei satelliti.
   - Risparmio energetico: entrare im modalità di risparmio energia, il GPS sarà sempre attivo e alla ricerca dei segnali dei satelliti, ma il posizionamento GPS sarà meno preciso.

Vedi versione firmware

È possibile vedere la versione del firmware attualmente installato sul Rider 35.

Informazioni

Ver. software

R041

© 2010 Bryton Inc. All Rights Reserved. To be bundled with specified hardware. Unauthorized stand-alone sales is prohibited.
brytonsport.com

1. Nel menu Impostazioni, premere ▲/▼ per selezionare **Informazioni**.
2. Premere ↵ per confermare.
   La versione del firmware attualmente installato è visualizzata sullo schermo.

Appendice

Specifiche

Rider 35

Voce	Descrizione
Display	Pannello LCD mono da 1,9"
Risoluzione	128 x 160
Dimensioni fisiche	68,9 x 48 x 21 mm
Peso	55,5 g
Temperatura di funzionamento	-15°C ~ 50°C
Temperatura di carica batteria	0°C ~ 40°C
Batteria	Batteria Li ricaricabile da 1200mAh
Durata batteria	Max. 35 ore d'impiego
GPS	Ricevitore GPS SiRFstar III ad alta sensibilità integrato con antenna patch incorporata
Ricetrasmettitore RF	2,4GHz ANT+ ricetrasmettitore con antenna incorporata
Barometro	300 ~ 1100 hPA (+9000 ~ -500 m sopra il livello del mare)

Sensore di velocità/cadenza

Voce	Descrizione
Dimensioni fisiche	37,5 x 35 x 12 mm
Peso	25 g
Resistenza all'acqua	1 ATM
Portata di trasmissione	3 m
Durata batteria	1 ora al giorno per 22 mesi (660 ore)
Temperatura di funzionamento	5°C ~ 40°C
Frequenza/protocollo radio	2,4GHz / Dynastream ANT + protocollo di comunicazioni wireless per attività sportive

La precisione potrebbe essere compromessa da un contatto scarso del sensore, da interferenze elettriche e dalla distanza del ricevitore dal trasmettitore.

Monitor di frequenza cardiaca

Voce	Descrizione
Dimensioni fisiche	34,7 x 3,4 x 1,1 cm
Peso	44 g
Resistenza all'acqua	10 m
Portata di trasmissione	3 m
Durata batteria	1 ora al giorno per 16 mesi (480 ore)
Temperatura di funzionamento	5ºC ~ 40ºC
Frequenza/protocollo radio	2,4GHz / Dynastream ANT + protocollo di comunicazioni wireless per attività sportive

La precisione potrebbe essere compromessa da un contatto scarso del sensore, da interferenze elettriche e dalla distanza del ricevitore dal trasmettitore.

Dati batteria

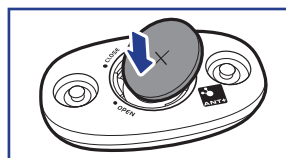
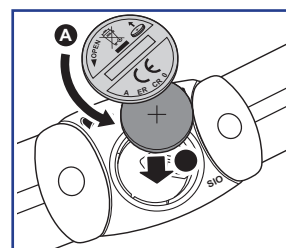
Batteria per monitor di frequenza cardiaca e sensore di cadenza

Il monitor di frequenza cardiaca/sensore di cadenza contiene una batteria CR2032 sostituibile dall'utente.

Per sostituire la batteria:

1. Individuare il coperchio circolare della batteria sul retro del monitor di frequenza cardiaca/sensore di cadenza.
2. Utilizzare una monetina per ruotare il coperchio in senso antiorario, di modo che la freccia sul coperchio punti verso OPEN.
3. Rimuovere il coperchio e la batteria. Attendere 30 secondi.

4. Inserire la nuova batteria, inserendo prima il connettore positivo nello spazio batteria.

5. Utilizzare una monetina per ruotare il coperchio in senso orario, di modo che la freccia sul coperchio punti verso CLOSE.

NOTA:
- Quando si installa una batteria nuova, se la batteria non viene sistemata prima con il connettore positivo, quest'ultimo si deforma facilmente provocando un cattivo funzionamento.
- Fare attenzione a non danneggiare o allentare la guarnizione O-ring sul coperchio.
- Contattare l'ufficio locale per lo smaltimento dei rifiuti per eliminare correttamente le batterie esauste.

Dimensione e circonferenza delle ruote

La misura delle ruote è contrassegnata su entrambi i lati dei tubolari.

Dimensione ruote	L (mm)
12 x 1,75	935
14 x 1,5	1020
14 x 1,75	1055
16 x 1,5	1185
16 x 1,75	1195
18 x 1,5	1340
18 x 1,75	1350
20 x 1,75	1515
20 x 1-3/8	1615
22 x 1-3/8	1770
22 x 1-1/2	1785
24 x 1	1753
24 x 3/4 tubolare	1785
24 x 1-1/8	1795
24 x 1-1/4	1905
26 x 2,10	2068
26 x 2,125	2070
26 x 2,35	2083
26 x 3,00	2170
27 x 1	2145
27 x 1-1/8	2155
27 x 1-1/4	2161
27 x 1-3/8	2169
650 x 35A	2090
650 x 38A	2125
650 x 38B	2105
700 x 18C	2070

Dimensione ruote	L (mm)
24 x 1,75	1890
24 x 2,00	1925
24 x 2,125	1965
26 x 7/8	1920
26 x 1(59)	1913
26 x 1(65)	1952
26 x 1,25	1953
26 x 1-1/8	1970
26 x 1-3/8	2068
26 x 1-1/2	2100
26 x 1,40	2005
26 x 1,50	2010
26 x 1,75	2023
26 x 1,95	2050
26 x 2,00	2055
700 x19C	2080
700 x 20C	2086
700 x 23C	2096
700 x 25C	2105
700 x 28C	2136
700 x 30C	2170
700 x 32C	2155
700C tubolare	2130
700 x 35C	2168
700 x 38C	2180
700 x 40C	2200

Zone di frequenza cardiaca

Zona	Cosa fa	% di riserva di frequenza cardiaca
1: Leggerissimo	Eccezionale per principianti, chi si trova in condizioni di estrema deabilitazione e coloro che sono principalmente interessati negli esercizi per la perdita di peso, dato che il corpo come carburante brucia una maggiore miscela di calorie grasse rispetto a quelle dei carboidrati.	50-60%
2: Leggero	Gestione del peso e rafforzamento del cuore, dandogli l'opportunità di lavorare a livello ottimale. Nota anche come la "soglia di fitness aerobica", perché da questo punto in poi, il vostro corpo comincia a raccogliere gli effetti positivi dell'esercizio aerobico.	60-70%
3: Moderato	Non solo ne beneficia il cuore ma anche il sistema respiratorio. Aumenta la resistenza e migliora la capacità aerobica, cioè la capacità di trasportare ossigeno ai muscoli e tenere lontano l'anidride carbonica da quelli appositamente scolpiti per lo sport. Aumenta la vostra ucita MET (Metabolico Equivalente).	70-80%
4: Forte	Benefici da allenamento per alte prestazioni. Aumenta la capacità del corpo di metabolizzare l'acido lattico, consentendovi di allenarvi più duramente prima di arrivare al dolore dovuto all'accumulo di acido lattico e al debito di ossigeno.	80-90%
5: Max	Solo gli atleti estremamente in forma lavorano a questo livello con una frequenza e durata limitate. Per operare in debito di ossigeno per allenare le vie metaboliche di fibre muscolari a contrazione rapida, non vie resistenti o enzimi.	90-100%

Cure basilari del Rider 35

Avendo una buona cura del proprio Rider 35, si riduce il rischio di danneggiarlo.

- Non far cadere il Rider 35 o sottoporlo a urti violenti.
- Non esporre il Rider 35 a temperature estreme né ad un'umidità eccessiva.
- La superficie dello schermo può facilmente graffiarsi. Utilizzare protezioni generiche dello schermo non adesive per proteggerlo dai graffi minori.
- Per pulire il Rider 35 usare un detergente neutro diluito su un panno morbido.
- Non tentare di smontare, riparare o apporare qualsiasi modifica al Rider 35. Ogni tentativo in tal senso annullerebbe la garanzia.